



DATOS IDENTIFICATIVOS

Deportes náuticos

Materia	Deportes náuticos			
Código	P02G050V01904			
Titulación	Grao en Ciencias da Actividade Física e do Deporte			
Descritores	Creditos ECTS	Sinale	Curso	Cuadrimestre
	6	OP	3	2c
Lingua de impartición	Castelán			
Departamento	Didácticas especiais			
Coordinador/a	Rial Fernández, Ramón Benigno			
Profesorado	Rial Fernández, Ramón Benigno			
Correo-e	rrial@edu.xunta.es			
Web				
Descrición xeral	A materia «Deportes Náuticos» impártese no segundo cuadrimestre do terceiro curso do Grao en Ciencias da Actividade Física e do Deporte. Nesta materia proporciónase unha visión xeral do Remo e do Piragüismo. Desde unha perspectiva teórica, abórdanse diferentes aspectos desde un punto de vista xeral referentes a súa estrutura externa, o medio no que se desenvolven, os tipos de embarcacións e as súas modalidades, a técnica básica, maniobras, fundamentos do seu adestramento, tipos de competicións, didáctica, aspectos recreativos, etc. Desde unha perspectiva práctica, realízase un percorrido a través de distintos tipos de embarcacións. Debido ó medio no que se desenvolven as prácticas (río Lérez) é requisito imprescindible saber nadar.			

Competencias

Código	
B7	Coñecemento e comprensión dos fundamentos, estruturas e funcións das habilidades e patróns da motricidade humana.
B10	Coñecemento e comprensión dos fundamentos do deporte.
B12	Aplicación das tecnoloxías da información e comunicación (TIC) ao ámbito das Ciencias da Actividade Física e do Deporte.
B13	Hábitos de excelencia e calidade no exercicio profesional.
B14	Manexo da información científica básica aplicada á actividade física e ao deporte nas súas diferentes manifestacións.
B23	Capacidade para seleccionar e saber utilizar o material e equipamento deportivo axeitado para cada tipo de actividade.
B24	Actuación dentro dos principios éticos necesarios para o correcto exercicio profesional.
B25	Habilidade de liderado, capacidade de relación interpersoal e traballo en equipo.
B26	Adaptación a novas situacións, a resolución de problemas e a aprendizaxe autónoma.
C1	Capacidade para deseñar, desenvolver e avaliar os procesos de ensino-aprendizaxe relativos á actividade física e ao deporte con atención ás características individuais e contextuais das persoas
C8	Capacidade para aplicar os principios fisiolóxicos, biomecánicos, comportamentais e sociais, durante o proceso do adestramento deportivo
C9	Capacidade para promover e avaliar a formación de hábitos perdurables e autónomos de práctica actividade físico-deportiva na poboación que realiza adestramento deportivo
C10	Capacidade para identificar os riscos, que se derivan para a saúde dos deportistas, da práctica de actividades físicas inadecuadas no contexto do adestramento deportivo

Resultados de aprendizaxe

Resultados previstos na materia	Resultados de Formación e Aprendizaxe
Coñecemento e comprensión dos fundamentos, estruturas e funcións das habilidades e patróns da B7 motricidade humana.	

Coñecemento e comprensión dos fundamentos do deporte.	B10
Aplicación das tecnoloxías da información e comunicación (TIC) ao ámbito das Ciencias da Actividade Física e do Deporte.	B12
Hábitos de excelencia e calidade no exercicio profesional.	B13
Manexo da información científica básica aplicada á actividade física e ao deporte nas súas diferentes manifestacións.	B14
Capacidade para seleccionar e saber utilizar o material e equipamento deportivo axeitado para cada tipo de actividade.	B23
Actuación dentro dos principios éticos necesarios para o correcto exercicio profesional.	B24
Habilidade de liderado, capacidade de relación interpersoal e traballo en equipo.	B25
Adaptación a novas situacións, a resolución de problemas e a aprendizaxe autónoma.	B26
Capacidade para deseñar, desenvolver e avaliar os procesos de ensino-aprendizaxe relativos á actividade física e ao deporte con atención ás características individuais e contextuais das persoas	C1
Capacidade para aplicar os principios fisiolóxicos, biomecánicos, comportamentais e sociais, durante o proceso do adestramento deportivo	C8
Capacidade para promover e avaliar a formación de hábitos perdurables e autónomos de práctica actividade físico-deportiva na poboación que realiza adestramento deportivo	C9
Capacidade para identificar os riscos, que se derivan para a saúde dos deportistas, da práctica de actividades físicas inadecuadas no contexto do adestramento deportivo	C10

Contidos

Tema	
TEMA 1: Fundamentación teórica dos deportes náuticos	- Definición - Oríxenes e evolución histórica - Análise do remo e do piragüismo e os seus factores - As reglaxes das embarcacións: . Reglaxes en banco fixo . Reglaxes en banco móvil . Reglaxes en piragüismo e kayak
TEMA 2: Fundamentos técnico-tácticos e didácticos dos deportes náuticos: remo e piragüismo	- Técnica básica do remo e do piragüismo - Fases da palada no remo - Técnica básica de banco fixo - Técnica básica de banco móvil - Defectos técnicos mais frecuentes no remo - Técnica básica do piragüismo - Maniobras no piragüismo. Transporte, vuelco e vaciado. De equilibrio e conducción. De propulsión e combinadas - A palada en kayak. Fases da palada. Exercicios e corrección de erros. - Fundamentos tácticos: . A regata. Tipos. Partes . A estratexia - Postos específicos: . Postos específicos no remo de banco fixo . Postos específicos no remo de banco móvil . Postos específicos no piragüismo
TEMA 3: Estructura formal e funcional dos deportes náuticos: remo e do piragüismo	- Modalidades e especialidades - Categorias - Distancias de competición - Características das embarcacións - Características do sistema de masas - Distancias e tempos de competición - Frecuencia de palada en competición - Relación distancia/tempo de competición/tipo de esforzo - Tipos de competicións no remo e no piragüismo: . En función do recorrido . En función do sistema de competición . Programa olímpico
TEMA 4: O proceso de iniciación deportiva nos deportes náuticos	- Didáctica do remo e do piragüismo: . Ensinanza e aprendizaxe . Iniciación e metodoloxía . Etapas de formación - O medio acuático: . Natural: ríos, lagos, mar . Artificiais: pantanos, pistas . Normas de seguridade . Variables medioambientais externas

TEMA 5: Os deportes náuticos na súa vertiente recreativa e de rendemento

- Aspectos recreativos
- O club. Organización
- Aspectos de rendemento:
- . Tecnoloxía aplicada
- . Materiais
- Estructura biomecánica do remo e do piragüismo

Planificación

	Horas na aula	Horas fóra da aula	Horas totais
Sesión maxistral	22	3	25
Prácticas de laboratorio	26	20	46
Traballos tutelados	1	0	1
Titoría en grupo	0	12.5	12.5
Prácticas autónomas a través de TIC	0	26	26
Probos de tipo test	1	14.5	15.5
Informes/memorias de prácticas	4	20	24

*Os datos que aparecen na táboa de planificación son de carácter orientador, considerando a heteroxeneidade do alumnado.

Metodoloxía docente

	Descrición
Sesión maxistral	Exposición por parte do profesor dos contidos teóricos sobre a materia obxecto de estudo.
Prácticas de laboratorio	Actividades de aplicación dos coñecementos a situacións concretas e de adquisición de habilidades básicas e procedimentais relacionadas coa materia. Deséñvólvense no río Lérez.
Traballos tutelados	O estudante, de maneira individual elabora unha memoria de prácticas sobre a materia.
Titoría en grupo	Entrevistas que o alumnado mantén co profesorado da materia para asesoramento/desenvolvemento de actividades da mesma e do proceso de aprendizaxe.
Prácticas autónomas a través de TIC	Actividades de aplicación dos coñecementos a situacións concretas e de adquisición de habilidades básicas e procedimentais relacionadas coa materia a través das TIC e de xeito autónomo.

Atención personalizada

Metodoloxías Descrición

Titoría en grupo Enténdese por atención personalizada o tempo que o profesor reserva para atender e resolver as dúbidas do alumnado en relación a materia.

Avaliación

	Descrición	Cualificación	Resultados de Formación e Aprendizaxe
Prácticas de laboratorio	Polo carácter práctico da materia, haberá que asistir a lo menos ó 80% das sesións prácticas con participación activa como requisito previo para superar a materia no cuatrimestre; supoñen o 60% da cualificación final e realizaránse no río Lérez (tamén poderá facerse algunha práctica en terra nos remoergómetros). A avaliación da docencia práctica realizarase de forma contínua mediante o control de asistencia diaria dos alumnos con participación activa e a observación sistemática por parte do profesor do seu rendemento e o nivel técnico acadado o longo do cuatrimestre (avaliarase o transporte do material, o seu axuste, o manexo e maniobrabilidade técnica da embarcación, etc.). A cualificación será de 0 a 10 puntos e haberá que acadar como mínimo 5 puntos para superar este apartado. O profesor pasará un parte diario de firmas de asistencia as prácticas de laboratorio e ademais o día de presentación da materia, proporcionará unha ficha ós alumnos para que a devolvan ó profesor coa súa fotografía e os datos pertinentes, dentro da primeira semana de comezo das prácticas.	60	B7 C1 B10 C8 B13 C9 B23 C10 B24 B25 B26
Probos de tipo test	Encamiñada a avaliar a integración dos contidos teóricos por parte do alumnado. Enténdese tamén por contido teórico calquera explicación ou concepto que se manexe nas sesións prácticas. Esta proba realizarase na data oficial e constará de 50 preguntas tipo test con 3 opcións de resposta onde por cada 3 respostas erróneas descontarase unha resposta correcta e a súa parte proporcional. A cualificación será de 0 a 10 puntos e haberá que acadar como mínimo 5 puntos para superar este apartado.	20	B7 C1 B10 C8 B14 C9 B24 C10

Informes/memorias de prácticas	O rematar o cuatrimestre os alumnos, de xeito individual, deberán presentar unha memoria de todas as prácticas feitas e entregala en formato papel. Para elaborar esta memoria o profesor facilitará un modelo tipo de ficha o primeiro día das prácticas de laboratorio. Para completar este informe, o profesor, antes de comenzar cada sesión práctica, indicará brevemente no pantalán ós alumnos os obxetivos, características, contidos, etc. da mesma e os alumnos deberán tomar as notas oportunas; do mesmo xeito os alumnos ó rematar a sesión e traballando pola súa conta deberán completar a ficha. No caso de que os profesores detectasen que as memorias fosen copiadas entre dous ou mais alumnos, éstos deberán facer un traballo individual relacionado coa materia. A data tope para presentar o informe/memoria das prácticas será a data do exámen oficial (fora deste prazo non se recollerá ningunha memoria). A cualificación será de 0 a 10 puntos e haberá que acadar como mínimo 5 puntos para superar este apartado.	20	B7 B10 B12 B23 B26	C1 C8 C10
--------------------------------	---	----	--------------------------------	-----------------

Outros comentarios sobre a Avaliación

Prácticas de laboratorio: Polo carácter práctico da materia, haberá que asistir a lo menos ó 80% das sesións prácticas con participación activa como requisito previo para superar a materia no cuatrimestre; supoñen o 60% da cualificación final e realizaránse no río Lérez (tamén poderá facerse algunha práctica en terra nos remoergómetros). A avaliación da docencia práctica realizarase de forma continua mediante o control de asistencia diaria dos alumnos con participación activa e a observación sistemática por parte do profesor do seu rendemento e o nivel técnico acadado o longo do cuatrimestre (avaliarase o transporte do material, o seu axuste, o manexo e maniobrabilidade técnica da embarcación, etc.). A cualificación será de 0 a 10 puntos e haberá que acadar como mínimo 5 puntos para superar este apartado. O profesor pasará un parte diario de firmas de asistencia as prácticas de laboratorio e ademais o día de presentación da materia, proporcionará unha ficha ós alumnos para que a devolvan ó profesor coa súa fotografía e os datos pertinentes, dentro da primeira semana de comenzo das prácticas.

Proba tipo test: Supón o 20% da cualificación final. Esta proba realizarase na data oficial e está encamiñada a avaliar a integración dos contidos teóricos (enténdese tamén por contidos teóricos, calquera explicación ou concepto que se manexe nas sesións prácticas de laboratorio). Esta proba escrita constará de 50 preguntas tipo test con 3 opcións de resposta onde por cada 3 respostas erróneas descontarase unha resposta correcta e a súa parte proporcional. A cualificación será de 0 a 10 puntos e haberá que acadar como mínimo 5 puntos para superar este apartado.

Informe/memoria de prácticas: Supón o 20% de cualificación final. O rematar o cuatrimestre os alumnos, de xeito individual, deberán presentar unha memoria de todas as prácticas feitas e entregala en formato papel. Para elaborar esta memoria o profesor facilitará un modelo tipo de ficha o primeiro día das prácticas de laboratorio. Para completar este informe, o profesor, antes de comenzar cada sesión práctica, indicará brevemente no pantalán ós alumnos os obxetivos, características, contidos, etc. da mesma e os alumnos deberán tomar as notas oportunas; do mesmo xeito os alumnos ó rematar a sesión e traballando pola súa conta deberán completar a ficha. No caso de que os profesores detectasen que as memorias fosen copiadas entre dous ou mais alumnos, éstos deberán facer un traballo individual relacionado coa materia. A data tope para presentar o informe/memoria das prácticas será a data do exámen oficial (fora deste prazo non se recollerá ningunha memoria). A cualificación será de 0 a 10 puntos e haberá que acadar como mínimo 5 puntos para superar este apartado.

Observacións: unha vez cumprido o requisito de asistencia a un mínimo do 80% ás prácticas de laboratorio con participación activa, a cualificación final do alumno será a nota media ponderada de cada un dos tres apartados (60%-20%-20%) sempre coa premisa de haber alcanzado unha puntuación mínima de 5 en cada un dos tres apartados. Se o alumno non chega a 5 en calquera dos tres apartados a súa cualificación na nota final será de suspenso. A cualificación positiva de unha ou dúas partes conservarase únicamente ata a seguinte convocatoria de xullo. No caso de que os alumnos non acaden o requisito de asistir a lo menos ó 80% das sesións prácticas con participación activa non terán opción de superar a materia ó final do cuatrimestre, e deberán presentar un traballo na convocatoria de xullo, que se puntuará de 0 a 10 puntos e consistirá nunha Progresión didáctica para o aprendizaxe do remo e do piragüismo (as pautas do traballo serán facilitadas polo profesor), ademais de facer o pertinente exámen tipo test da materia.

Bibliografía. Fontes de información

Molina Castillo, C., **Remo de Competición**, Wanceulen,

Bennett, Jeff, **Manual del kayakista de aguas bravas**, Paidotribo,

De Bergia Cervantes, E. y otros, **Iniciación al Piragüismo**, Gymnos,

Isorna-Folgar, M. y otros, **Entrenamiento en piragüismo de aguas tranquilas: avances para la mejora en preparación física, técnica, táctica, psicológica, nutricional y tecnológica**, 2.0 Editora,

Bibliografía complementaria:

- Briones Pérez de La Blanca, Enrique (1990). Remo: Entrenamiento de Base y de Elite. Editorial Wanceulen. Sevilla
- Escuela Nacional de Entrenadores (2002). Apuntes del Curso Nacional de Entrenador de Club: Bloque Específico. Edición F.E.R.
- Francisco García, José Manuel y García Soidán, José Luis (1991). Iniciación al Remo. Editorial Xunta de Galicia (Secretaría Xeral para o Deporte)
- Francisco García, José Manuel (1996). Remo de Banco Fixo. Ediciones Lea
- Sánchez Hernández, J.L. y otros (1993). Piragüismo I. Editorial Comité Olímpico Español
- Sánchez Hernández, J.L. y otros (1993). Piragüismo II. Editorial Comité Olímpico Español

Recomendacións
